

泉中央エリアまちづくりミーティング
泉中央エリアで活動する団体を中心に設立されたエリアマネジメント組織「泉中央活性化ネットワーク」によるパネルディスカッションを行います。

杜の都スマホ相談室

スマートフォンに関する相談窓口を開設しています。
日時 3月27日(金)午後1時~2時、3時(各45分程度)
会場 泉区役所本庁舎5階

ふれあい製品展示販売会
障害のある方が製作した「ふれあい製品」を泉区役所本庁舎1階ロビーで展示・販売します。

Table with columns for dates (3/31 to 3/10) and items for sale, including wool products, dried vegetables, and handicrafts.

泉区のお知らせ Izumi ward

仙台市総合コールセンター ☎398・4894
泉区役所 (市外局番022)
〒981-3189 泉区泉中央2-1-1
☎372・3111(代)
FAX375・3785 (総務課)

お知らせの見方 申 申し込み 問 問い合わせ 申・問 申し込み・問い合わせ ・料金の記載のないものは無料です・来庁の際は公共交通機関をご利用ください

保健・福祉

離乳食教室
離乳食の進め方や調理のポイントについて学ぶ教室です。
日時 3月23日(月)午前10時~11時半
会場 泉区役所 東庁舎2階



こころの健康づくりパネル展
日時 3月2日(月)~31日(火) 午前8時半~午後5時(最終日は午後3時まで)
会場 泉区役所本庁舎1階・東庁舎1階、泉図書館1階

問まちづくり政策局 まちのデジタル推進課 ☎214・8636
詳細

こころの健康相談

日時 3月13日(金)・27日(金) 午後1時半~、3月24日(火)午後2時半
会場 泉区役所東庁舎1階
内容 気分が落ち込んでやる気が出ない、眠れない、物忘れが気になるなどのさまざまな心の健康の悩みについて、精神科医などが相談に応じます

お知らせ

春の一斉清掃
日時 3月14日(土)午前8時~9時
集合場所 セルバ南側ペDESTリアンデッキ下通路(地下鉄泉中央駅東側)

壁面アートイベントを開催しました
泉区役所が建て替え・移転という節目を迎えるに当たり、1月6日に、現庁舎内の壁面に絵を描く「壁面アートイベント『みんなで描こう!ウォールアート』」を開催しました。



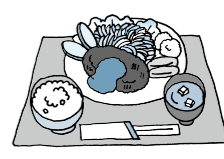
問泉区総務課 ☎372・3111 (内線6118)

外食やお弁当を健康的においしく

★「栄養成分表示」を活用しよう
食品や市販の弁当を購入する際、外食のときなど、「栄養成分表示」を活用して、自分の必要量に応じたエネルギーや栄養量の食事を選び、健康づくりに役立てましょう。

Table showing an example of a nutrition label with columns for energy, protein, fat, carbohydrates, and salt.

★食事の組み合わせにも注目
主食(ご飯・パン・麺類)、主菜(肉・魚・卵・大豆製品を使った料理)、副菜(野菜・海藻などを使った料理)がそろったバランスの良い食事を心がけましょう。



問泉区家庭健康課 ☎372・3111 (内線6782)

スポーツ情報

Table listing sports events at the Izumi Sports Center, including balance coordination, badminton, and ballet.

申直接窓口へ。泉総合運動場ホームページからも申し込みます

Table listing a dance event at the Izumi Community Center.

申直接窓口へ。シェルコムせんだいホームページからも申し込みます

Table listing a family sports day event at the Izumi Ocean Center.

●持ち物=室内用運動靴

泉図書館の催し

- ◆防災おはなし会—しっておこう! こんなときにはどうするの?
◆日曜おはなし会
◆おはなしたまご
◆定例おはなし会
◆泉おはなしわくわく
◆おはなしポルタのストーリーテリング

●雨天時などは中止の場合あり
問市民図書館 ☎261・1585

金曜				木曜							水曜		火曜		曜日			
3/13・27		3/6		3/19		3/12・26					3/11・25		3/10・24		巡回場所			
桂市民センター	イ泉ヶ丘コミュニティセンター	南中山児童センター	館コミュニティセンター	北中山コミュニティセンター	実沢コミュニティセンター	仙台農協向陽台支店	鶴が丘児童センター	山の寺集会所	鶴が丘一丁目公園	タスの丘	仙台白百合会館	ヤマザワ住吉台店	福岡小学校	南光台東児童センター	将監市民センター	八乙女集会所	みやぎ生協虹の丘店	巡回場所
10:45 11:15	10:00 10:30	15:10 15:40	14:25 14:55	10:45 11:15	10:00 10:30	15:10 15:40	14:40 15:10	14:30 15:00	14:00 14:30	13:50 14:20	10:55 11:25	10:15 10:45	14:55 15:25	14:00 14:30	10:50 11:20	9:50 10:30	時間	

移動図書館の日程

令和8年度 市民センター「老壮大学」受講生募集

区内市民センターでは、高齢の方を対象に学習講座「老壮大学」の受講生を募集しています。修学期間は1年間です。さまざまなテーマについて学習し、活動を通して交流を深めませんか。

- 往復はがきによる申し込みは、講座名、住所、氏名(フリガナ)、電話番号、年齢、返信先をご記入ください
- 詳しくは各市民センターへお問い合わせください

市民センター (申し込み・問い合わせ先)	講座名	学習日時	対象	開講日	費用	申込方法
泉区中央市民センター ☎372-8101、FAX372-2447 〒981-3117 市名坂字東裏53-1	泉シニア塾	主に第3水曜日 10:00~11:30 (全8回)	60歳以上 70人 [抽選]	5/20(木)	実費	3/13 (必着) までに往復はがきまたは窓口へはがき持参で
根白石市民センター ☎379-2108、FAX376-5769 〒981-3221 根白石字杉下前24	さわやか大学	主に第3木曜日 10:00~11:30 (全8回)	おおむね 55歳以上 50人 [抽選]	5/21(木)	実費	3/19 (必着) までに往復はがきまたは窓口へはがき持参で
南光台市民センター ☎253-1023、FAX253-1024 〒981-8003 南光台7-1-30	南光台学院	主に第3金曜日 10:00~11:30 (全9回)	おおむね 60歳以上 90人 [抽選]	5/15(金)	実費	3/25 (必着) までに往復はがきまたは窓口へはがき持参で
黒松市民センター ☎234-5346、FAX219-2038 〒981-8006 黒松1-33-40	黒松寿大学	主に第3木曜日 10:00~11:30 (全9回)	60歳以上 60人 [抽選]	5/21(木)	実費	3/19 (必着) までに往復はがきまたは窓口へはがき持参で
将監市民センター ☎372-0923、FAX374-8704 〒981-3132 将監8-1-18	将監寿大学	主に第2金曜日 10:00~11:30 (全8回 (予定))	60歳以上 70人 [抽選]	5/15(金)	実費	3/20 (必着) までに往復はがきまたは窓口へはがき持参で
加茂市民センター ☎378-2970、FAX377-4565 〒981-3122 加茂4-2	ワイワイ若がえり塾	主に第3木曜日 10:00~11:30 (全8回)	おおむね 65歳以上 60人 [抽選]	5/21(木)	実費	3/20 (必着) までに往復はがきまたは窓口へはがき持参で
高森市民センター ☎378-9950、FAX378-9969 〒981-3203 高森6-1-2	高森塾	主に第4金曜日 10:00~11:30 (全8回)	おおむね 50歳以上 75人 [抽選]	5/22(金)	実費	3/25 (必着) までに往復はがきまたは窓口へはがき持参で
松陵市民センター ☎375-8101、FAX375-6101 〒981-3108 松陵5-20-2	松陵シニアカレッジ	主に第4金曜日 10:00~11:30 (全8回)	おおむね 65歳以上 50人 [抽選]	5/22(金)	実費	3/31 (必着) までに往復はがきで
寺岡市民センター ☎378-4490、FAX378-4534 〒981-3204 寺岡2-14-4	多聞塾	主に第1木曜日 10:00~11:30 (全5回)	60歳以上 60人 [抽選]	5/12(木)	実費	3/23 (必着) までに往復はがきで
長命ヶ丘市民センター ☎377-3504、FAX377-3508 〒981-3212 長命ヶ丘2-14-15	長命大学	主に第3木曜日 10:00~11:30 (全7回)	60歳以上 50人 [抽選]	6/18(木)	実費	4/24 (必着) までに往復はがきで
松森市民センター ☎776-9510、FAX776-9512 〒981-3111 松森字城前9-2	城前大学	主に第3木曜日 10:00~11:30 (全8回)	60歳以上 60人 [抽選]	5/21(木)	実費	3/17 (必着) までに往復はがきまたは窓口へはがき持参で
桂市民センター ☎375-0550、FAX771-5931 〒981-3134 桂3-19-1	桂友くらぶ	主に第2木曜日 10:00~11:30 (全9回)	65歳以上 70人 [抽選]	5/14(木)	実費	3/15 (必着) までに往復はがきまたは窓口へはがき持参で
南中山市民センター ☎379-4780、FAX348-4340 〒981-3213 南中山2-24-12	ほがらかシニア塾	主に第3金曜日 10:00~11:30 (全9回)	おおむね 60歳以上 60人 [抽選]	5/15(金)	実費	3/19 (必着) までに往復はがきまたは窓口へはがき持参で

泉区のお知らせ③